

PLANTES D'ALTAFULLA (2)

Maria Noguera Figueras

*Les herbes de Sant Joan
Tenen virtut tot l'any*

Des dels temps primitius les persones han après a distingir les qualitats de les plantes, sigui pel seu valor alimentari, per la possibilitat de guarir persones i animals o per la força verinosa que podia fer augmentar el poder mortífer de les seves armes. Són moltes les plantes a les quals eren atribuïdes virtuts màgiques i que eren emprades en ritus religiosos; algunes d'elles encara conserven avui aquest crèdit en pràctiques esotèriques. Les propietats medicinals han estat abundantament observades i aprofitades abans d'aquest darrer segle en què la indústria farmacèutica ha tendit a substituir-les. Per aconseguir que la planta tingui determinats efectes s'ha d'anar en compte de quan, on i com se'n fa la recol·lecció: en el moment de l'any, del dia o la nit, el moment lunar —lluna nova o lluna vella— fins i tot a vegades es té en compte qui la cull.

Tot això que dic és perquè d'algunes plantes de les ressenyades enguany n'he trobat notícies màgiques; d'altres potser en tenen i s'hi podrien afegir, però el que compta és que formen part del nostre entorn i que val la pena no arrancar-les per així gaudir-ne molts anys.



ACANT (*Acanthus mollis* L.)

Família de les acantàcies

Nom local: acant

Sinònims: herba carnera, cànem de bruixa, herba geganta

Castellà: Acanto, hierba gigante, hierba carderona, hierba carnerona, nazarenos, ala de ángel.

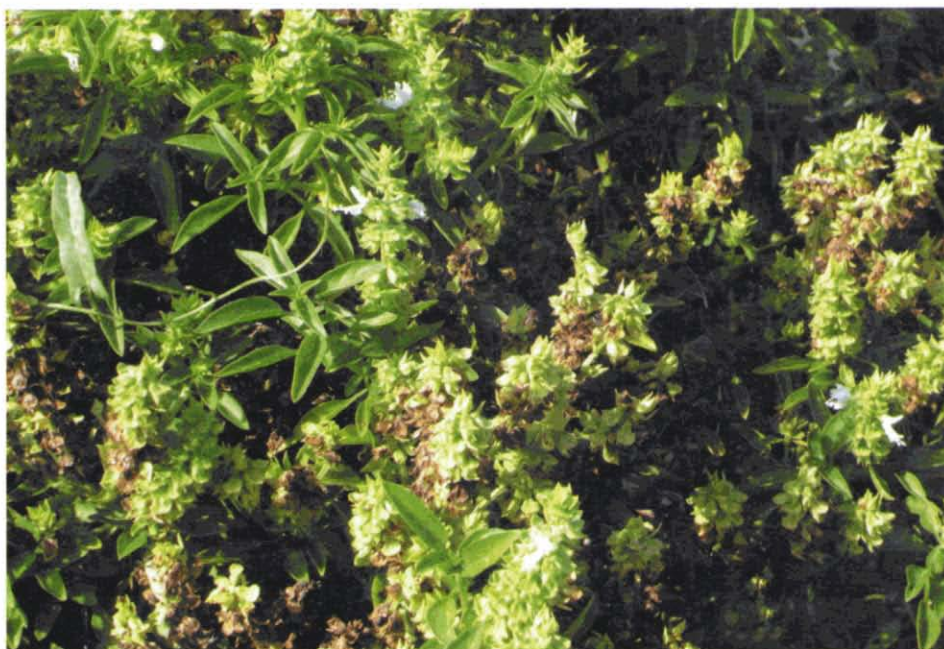
Localització: Normalment es troba en jardins com a planta ornamental.

Descripció: És una herba gegant. L'arrel és carnosa, blanca a l'interior i negrosa externament. Les fulles poden arribar a tenir 1 metre de llarg per mig metre d'ample, molt retallades i dentades. L'acant no fa bona olor, és més aviat desagradable. Les tiges florals són altes i fortes, amb flors blanques, sovint amb ratlles porpra o d'un groc rogenc que s'obren el juliol i agost. Acant, en grec significa espina i en algunes espècies hi ha espines a les fulles.

Aplicacions: Tota la planta segrega un líquid viscos amb propietats astringents i detergents. Les fulles serveixen per curar cremades i, xafades, per calmar dolors reumàtics i de gota i per picadures. En infusió és diürètic.

Curiositats: Se suposa que el cèlebre escultor i arquitecte de Corint, Cal·límac, es va inspirar en la simetria perfecta d'aquesta planta quan va crear el capitell corinti. Dins del llenguatge de les flors està relacionada amb les belles arts. Les virtuts màgiques d'aquesta planta varien segons els autors.

Per alguns a penes en té, mentre que d'altres la consideren una de les set plantes màgiques del septimari astrològic i esotèric. És una planta de Mart, molt propícia a infondre la força i la valentia en els moments crucials de l'existència. Ajuda a resoldre les situacions més complexes sempre que s'utilitzi durant les hores diürnes de Mart i els dies de Júpiter (dijous). L'acant utilitzat durant les hores nocturnes de Mart predisposa a la temeritat, la còlera i la violència.



ALFÀBREGA (*Ocimum basilicum*)

Família de les labiades

Nom local: alfàbrega, ufàbrega

Sinònims:

Castellà: albahaca

Localització: cultivada

Descripció: Planta herbàcia anual, molt olorosa, de fulles enteres i flors blanques o rosades, agrupades per pisos a l'extrem de la tija. Floreix a l'estiu.

Aplicacions: Les summitats florides i les fulles que es cullen a l'estiu, en infusió, estimulen la gana i són bones contra les digestions difícils. També són bones contra la tos. En cataplasmes mitiguen el dolor i són útils per netejar i cicatritzar ferides. Remeia el mal de cap, tranquil·litza els nervis, va bé pels refredats, la tos i el mal alè. A Europa fou introduïda en el segle XVI i va adquirir ràpidament importància culinària; les fulles són la base de la salsa italiana anomenada "al pesto". Es diu que posar un ram alfàbrega en una habitació allunya els mosquits i les mosques.

Curiositats: Des de l'antiguitat és conreada com a ornamental i per extreure'n olis essencials. Prové de l'Índia, on era considerada herba reial. Es tractava d'una herba sagrada i encara avui continua essent-ho. Està dedicada als déus Krishna i Vishnú. També a Egipte s'emprava per fer ofrenes als déus i entrava en la composició de bàlsams. En les tradicions grega i romana tin-

gué importància atribuint-li virtuts màgiques i significats fúnebres i eròtics. Aquesta herba deu el seu nom botànic a l'extraordinari perfum que exhala, digne de reis (en grec “ozein”=olorar; “basileus”=rei). En el llenguatge de les flors significa odi, és l'emblema de la còlera i protegeix contra els encants.

Amb les mateixes propietats hi ha una altra varietat:

ALFÀBREGA DE FULLA PETITA (*Ocimum minimum* L.)

Família de les labiades

Nom local: alfàbrega fina



APEGALOSA (*Galium aparine* L.)

Família de les rubiàcies

Nom local: llapissó

Sinònims: rèvola, raspa llengua, herba de gallina

Castellà: azotalenguas, lárgalo, amor de hortelano

Localització: Vores de camins i zones ruderals

Descripció: Herba anual, de tija ascendent, quadrangular i proveïda d'agullons recorbats que fan que s'enganxi als vestits, fulles verticil·lades i flors blanquinoses.

Aplicacions: Diürètic. En infusió per rentar cremades solars. En cataplasma per úlceres i tumors cancerosos. Aquestes propietats anticancerígenes que se li atribueixen des d'antic no han estat demostrades, però tampoc s'han desmentit. Antiescorbútica. Per decocció del rizoma, a l'igual que les altres espècies de rubiàcies, s'obté un colorant vermell.

Curiositats: Galè, el metge romà, li diu "filantropa" per la manera que té d'enganxar-se a la roba, i amb aquest nom és nomenada en tractats de l'Edat Mitja.



ARBOÇ (*Arbutus unedo* L.)

Família de les ericàcies

Nom local: arboç

Sinònims: arbocer, cirerer d'arboç, arbocera

Castellà: madroño

Localització: Prop del Coll de Creus, a l'altra banda de via; algun exemplar a Sant Antoni; en horts.

Descripció: Arbre normalment poc desenvolupat d'aspecte arbustiu. De fulles perennes, lluent, lanceolades, finament dentades. Flors blanques amb corol·la petita en forma d'olleta fent ramells al capdamunt de les branques. El fruit és rodó, granellut, vermell i tot quan és madur és comestible. És planta residual d'antics boscos d'alzines.

Aplicacions: Conté tanins i es fan servir les fulles i l'escorça com astringent, antidiarèiques i antisèptiques de les vies urinàries. Amb els fruits es poden fer melmelades i per destil·lació s'obté alcohol i vinagre aromàtic.

Curiositats: Els fruits madurs moltes vegades fermenten a l'arbre i poden produir berratzera si se'n mengen molts. En el llenguatge de les flors és símbol de fama.



BALADRE (Nérium oleánder)

Família de les apocinàcies

Nom local: baladre

Sinònims:

Castellà: Adelfa

Localització: Espontani a la llera del riu, cultivat en jardins.

Descripció: És un arbust amb flors vistoses i perfumades de color blanc o rosa, fulles oposades o normalment en grups de tres de limbe llarg i lanceolat, dur i enter; fruits allargats en forma de beina i llavors peludes, amb plomall. Es pot multiplicar per esqueix. Té al riu Gaià el límit septentrional de la seva àrea geogràfica natural dins Catalunya.

Aplicacions: Les fulles contenen glusòcids cardíacs però tota la planta és molt verinosa podent provocar la mort en un termini de 24 hores. Sembla que les varietats cultivades no són tan perilloses com les espontànies. S'ha utilitzat contra la ronya i contra mossegades de feres.

Curiositats: En el llenguatge de les flors hi ha diferents significats segons la presentació de la flor dins un ram: seducció, amor filial, seny recobrat o calúmnia.



BERBENA (*Verbena officinalis*, L.)

Família de les verbenàcies

Nom local: Berbena

Sinònims: Berbera, herba berbera

Castellà: Verbena, hierba santa, hierba de los hechizos,...

Localització: Llocs incultes, vores de camins.

Descripció: Planta herbàcia, anual, pot arribar al metre d'alçada. De tiges primes, quadrades amb dues cares acanalades cap a l'interior i les altres al contrari. Branques primes, separades de la tija; fulles retallades i les inferiors oposades. Floreix a l'estiu; les flors són petites, blanques o liles, fent petites espigues. Fruit sec amb dues o quatre divisions. No fa olor i té gust amarg.

Aplicacions: Des de l'antiguitat se li han atribuït tantes virtuts que era com una panacea, és a dir una planta que ho curava tot. Depurativa de la sang i per a trastorns del fetge. Les fulles picades amb vinagre serveixen

com a cataplasmes per a les erupcions de la pell; si s'ha pegat un cop ajuda a fer sortir els blaus. Glopejar la infusió cura les llagues de la boca. Fent banys de les parts afectades ajudava a curar els perellons. No es pot prendre durant l'embaràs, però si en el part ja que afavoreix les contraccions.

Curiositats: En alguns idiomes se la coneix amb el nom d'herba santa i sembla que aquest nom li ve de que els druides, els sacerdots celtas, rentaven les flors de berbena abans de començar els sacrificis. Era tan apreciada com la murtra, el vesc, el llorer, el romaní o l'olivera. A Roma servia per adornar les corones dels ambaixadors. Antigament es penjava dins les cases per alliberar-la de les adversitats. Recollida la nit de Sant Joan o bé a la matinada abans de sortir el sol, servia per a fer conjurs i aconseguir l'amor d'una noia. També es pot fer servir barrejant cinc fulles amb vi i derramant-lo després en una sala on se celebri una festa, farà que sorgeixi una alegria extrema entre els participants. Un altre sortilegi és portar la planta a la mà i, sense que el malalt ho sàpiga, preguntar per la seva salut. Si respon "va bé", sanarà aviat. Si contesta "sembla que estic millor", la malaltia serà llarga. Si la resposta és "vaig malament", el malalt es morirà. En el llenguatge de les flors significa encantaments. És una de les dotze plantes de fraternitat dels Rosa-Creus. Hi ha una dita recollida per Joan Amades que resumeix els efectes d'aquesta planta "Berbena florida, sort sense mida".



BOGA (*Typha angustifolia*, L.)

Família de les Tifàcies

Nom local: Bova

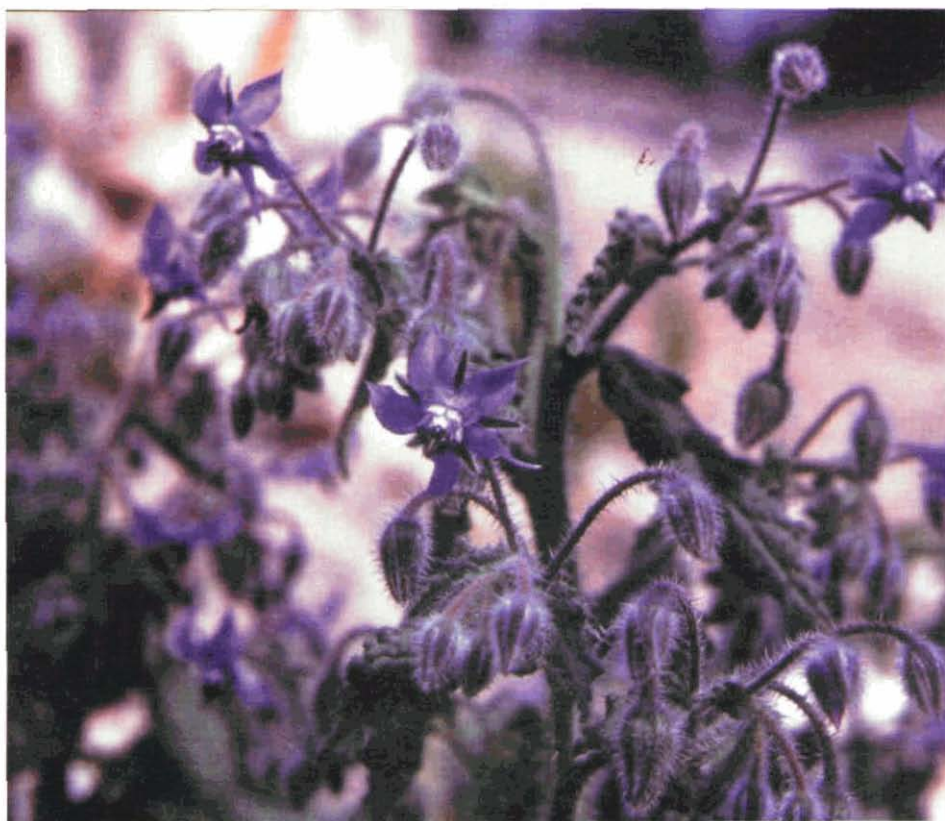
Sinònims: bova

Castellà: Enea, espadaña.

Localització: En llocs humits i entollats. A Altafulla a la llera del riu Gaià que acostuma a quedar amb aigua embassada, on creua el camí de Cametes.

Descripció: Planta herbàcia, amb rizoma horitzontal, tija sense nusos, fulles molt llargues, coriàcies, erectes; flors en espigues cilíndriques (l'espiga superior, masculina, és caduca)

Aplicacions: Les fulles es feien servir per a fer els seients de cadires. També es feia servir per lligar manats, per enforcar alls, per fer lligams.



BORRATJA (*Borago officinalis* L.)

Família de les Boraginàcies

Nom local: Borratja

Sinònims: Borraina, pa-i-peixet, borratxa

Castellà: Borraja

Localització: Cultivada en zones que mantenen humitat en vores de camins.

Descripció: Planta herbàcia anual d'un mig metre d'alçada, coberta de pèls curts i erectes, de fulles ovades, grosses i molt rugoses; les flors blaves estan agrupades en cimes terminals.

Aplicacions: Les fulles són comestibles, raó per la qual és conreada. Són molt bones les fulles arrebossades amb farina i ou com si fossin bunyols. En medecina té moltes aplicacions però s'ha d'utilitzar la planta fresca ja que seca perd les propietats. Les fulles escaldades són emol·lients, és a dir estoven teixits; tota la planta té propietats sudorífiques i diürètiques. És integrant de les anomenades "flors cordials" les quals són una barreja de quatre flors: borratja, buglossa, viola i rosa roja. Les infusions s'usen per a combatre calentu-

res, reumatisme, febre, refredats, xarampió, escarlatina, molèsties d'orina, el nerviosisme, etc. Les flors tenyeixen de blau. En alguns llocs amb la planta es prepara una beguda estival refrescant.

Curiositats: El nom de la planta ve de “borra”, pèl, ja que tota la planta n'està coberta.



BUFALAGA HIRSUTA (*Thymelaea hirsuta*)

Família de les timeleàcies

Nom local: Bufalaga

Sinònims:

Castellà: Bufalaga marina

Localització: A les zones assolellades i seques de Sant Antoni, a la vora de la platja.

Descripció: És un arbust d'un metre d'alçada, molt ramificat amb les branques corbades, penjant. Les fulles són curtes i corbades com una cassolleta, blanques i peludes per dins i sense pèls i verdes per fora, imbricades, és a dir, col·locades com les teules d'una teulada. Les flors són petites i groguenques.

Aplicacions: Rebaixa la sang; és purgant però s'ha utilitzat molt poc.



CÀDEC (*Juníperus oxycedrus*, L.)

Família de les cupresàcies

Nom local: giebre o ginebró

Sinònims: Ginebre rojal, ginebre femella

Castellà: Cada, enebro de la miera

Localització: En pinedes i garrigues als llocs assolellats, en sòl calcari, en trobem a la zona de Sant Antoni.

Descripció: Arbore normalment poc desenvolupat i d'aspecte arbustiu, encara que pot arribar als nou metres d'alçada. Molt semblant al ginebre i sovint confós amb ell. Fulles petites, linears i punxants, es diferencien del ginebre precisament perquè tenen a la part superior dues ratlles blanques separades per una ratlla verda, en lloc d'una sola ratlla blanca que té el ginebre. Els fruits són rodons, de la grandària d'un pèsol, semblants als ginebrons però de color rogenc. Maduren a l'estiu del segon any, per la qual cosa en un mateix arbre trobem fruits amb diferent estat de maduració.

Aplicacions: Per destil·lació de la fusta s'obté un oli espès que en diuen "miera" i serveix per curar llagues. Utilitzat pels veterinaris per curar la ronya

del bestiar. Antigament li atribuíen moltes qualitats a aquest oli però s'havia d'anar amb molta precaució ja que era tant fort que desfeia el cuiro, per tant aplicat amb massa concentració era capaç de desfer el lloc malalt en lloc de guarir-lo. Els fruits són més vermellosos que els ginebrons i menys perfumats però moltes vegades s'utilitzen com aquells. És sudorífic, diürètic, provoca les menstruacions. L'aigua de bullir les branques serveix per fer banys que alleugen els qui pateixen de gota. Amb els fruits es pot fer ratafia. Cremant-los s'utilitzava el fum per purificar l'aire contaminat i infusionats en vinagre s'usaven en temps de pestes per a rentar roba i vaixelles. De totes maneres tenen més activitat curativa els veritables ginebrons.

Curiositats: La fusta del càdec és molt difícil de podrir.



CALABRUIXA (*Muscari racemosum* Mill.)

Família de les liliàcies

Nom local: calabruixa

Sinònims: barrelets

Castellà: nazareno

Localització: Dins els camps conreats

Descripció: Planta vivaç, de cabeça vermellosa o bruna; té les fulles linears, semicilíndriques, acanalades; les flors en raïm espès són de color morat.



CORRETJOLA (*Convolvulus arvensis*, L.)

Família de les convolvulàcies

Nom local: corretjola

Sinònims: campaneta, corritjola, corriola

Castellà: correhuela

Localització: en camps i conreus

Descripció: És planta de rizoma prim, amb tiges de 20 a 80 cm, ajaguda, enfiladissa o voluble; les fulles sagitades; les flors blanques o rosades tenen la corol·la soldada i és quatre o cinc vegades més gran que el calze.

Aplicacions: És herba que agrada al bestiar. La infusió de les flors és un laxant suau.

Curiositats: Una infusió de les fulles barrejada amb vi o licor és una beguda amorosa, es recomanava per a conservar l'amor entre els enamorats. En el llenguatge de les flors significa humilitat.



CUA DE CAVALL (*Equisetum arvense*, L.)

Família de les equisetàcies

Nom local: cua de cavall

Sinònims: asprella, cua de rossí, cua d'euga, herba estanyera,...

Castellà: cola de caballo

Localització: A les vores de recs, a la llera del riu Gaià. Creixen en terrenys silícis, mai en terres calcàries.

Descripció: El nom "equisetum" ve del llatí "equus", cavall i per la semblança amb una cua de cavall. Sembla ser que és una de les poques plantes que no han sofert transformacions al llarg dels segles i que ofereix un aspecte semblant al de fa mil·lennis. És una planta que es reproduïx per espores i té dues classes de tiges, unes amb esporangis i d'altres sense. Les tiges fèrtils són primes i sense ramificar; les tiges estèrils són rectes, amb nusos a espais regulars dels quals surten les branquetes formant una espècie de roda al voltant de la tija.

Aplicacions: Té efectes diürètics gràcies a l'alt contingut de potassi, flavoides i sílice, per això està indicada en casos d'hipertensió, obesitat, elimi-

nació de càlculs renals, gota, trastorns de l'aparell urinari, trastorns de pròstata, úlceres d'estómac. També ajuda a consolidar fractures, per l'osteoporosi i per la regeneració de cartílags. És reconstituent i enfortidor capil·lar. Té qualitats cicatritzants, per curar petites cremades, per èczemes. Cal no prendre l'herba si es prenen altres medicaments sintètics ja que hi pot haver interaccions i tenir resultats negatius. La infusió barrejada amb l'aigua del bany té efecte desodorant, per a banys de peus. També s'utilitza com a cicatritzant en empelts d'arbres. L'alt contingut de sílice l'ha fet adequada per emprar-la per a polir treballs d'ebenisteria i per a netejar metalls, d'aquí el nom d'"herba estanyera" per a polir l'estany i també el coure. La cendra diu que es venia com a "terra d'escurar", per a netejar les cassoles.

BIBLIOGRAFIA PLANTES D'ALTAFULLA

1. *Guia per a conèixer els arbusts i les lianes*; F. MASCLANS; Centre Excursionista de Catalunya; Ed. Montblanc; Barcelona 1973.
2. *Guia per a conèixer els arbres*; F. MASCLANS; Centre Excursionista de Catalunya; Ed. Montblanc; Barcelona 1972.
3. *Flore complete portative de la France, de la Suisse et de la Belgique*; GASTON BONNIER; Librairie Générale de l'Enseignement; Paris 1975.
4. *Clave de Plantas Silvestres*; FRANCIS ROSE; Ediciones Omega; Barcelona 1983.
5. *Plantas medicinales. El Dioscórides renovado*; P. FONT I QUER; Ed. Labor; 10ª edició; Barcelona 1987.
6. *Les plantes tòxiques de Catalunya*; MARTÍ BOADA, TERESA ROMANILLOS; Ed. Pòrtic, Barcelona 1999.
7. "Diccionari de plantes medicinals"; JOSEFA DURÁN; Edicions 62; col. *El cangur*; Barcelona 1998.
8. *El llenguatge de les flors*; KATE GREENAWAY; Ed. Elfos; Barcelona 1984.
9. *Els secrets de les herbes*; RITA SCHNITZER; Ed Elfos; Barcelona 1984.
10. *Guia práctica de las plantas medicinales y la salud*; JOSÉ REPOLLÉS et al.; Editores S.A.; Barcelona 1983.
11. *Diccionari Català-Valencià-Balear*; ANTONI M^a. ALCOVER i FRANCESC DE BORJA MOLL; Palma de Mallorca 1975.
12. *Gran Enciclopèdia Catalana*; Edicions 62; Barcelona 1970.
13. *Plantas medicinales y curativas. La salud a través de las plantas*; RAMON FORÉS; Editorial Cultural S.A.; Madrid 2005.
14. *Les herbes remeieres Vol. I. De la cultura popular al fàrmac. Una aproximació etnobotànica*; RAMON GAUSACHS; Rafael Dalmau Editor; Barcelona 2007.
15. *Botànica màgica*; JOAN A. ORIOL; Llibres de l'índex S.A.; col. Els senyals núm. 4; Barcelona 1994.
16. *Atlas de malas hierbas. Control de malas hierbas*; Vol. I; JOSÉ LUIS VILLARIAS; Ediciones Mundi-Prensa; Madrid 1986; 2ª edició.
17. *El libro de los venenos*; ANTONIO GAMONEDA; Ediciones Siruela; Madrid 2006; 1ª edició (3ª en ES).
18. *Costumari català. El curs de l'any*; JOAN AMADES; Ed. Enciclopèdia Catalana; Barcelona 2001; 3ª edició.